

Datums/Datums	Ēdiena nosaukums	Daudz.	Olbv., g	Tauki, g	Ogļh., g	Kcal.
Pirmdiena 10.12.2018			28,800	28,500	113,800	827,000
Pusdienas			28,800	28,500	113,800	827,000
	Frikadeļu zupa ar skābo krējumu **A03,A07,A09	250	8,600	10,700	22,300	220,000
	Vārīti makaroni ar sieru **A01,A07	150/30	14,700	14,800	42,900	364,000
	Svaigu kāpostu un burkānu salāti ar eļļu	100	1,600	2,100	3,600	40,000
	Rudzu maize **A01	70	3,800	0,900	30,500	145,000
	Karkadē dzēriens	200	0,100		14,500	58,000
Otrdiena 11.12.2018			28,300	32,400	104,500	850,000
Pusdienas			28,300	32,400	104,500	850,000
	Pupiņu zupa ar krējumu **A07	250	6,700	7,700	25,700	224,000
	Malta cūkgaļa saldā krējuma mērcē **A01,A07	80	10,200	17,800	8,700	238,000
	Vārīti griķi	150	7,700	2,200	38,800	206,000
	Burkānu-ziedkāpostu salāti ar eļļu	100	1,800	4,200	16,000	109,000
	Rudzu maize **A01	35	1,900	0,500	15,300	73,000
Trešdiena 12.12.2018			33,200	31,800	114,200	876,000
Pusdienas			33,200	31,800	114,200	876,000
	Sautēta vista ar dārzeņiem mērcē **A01,A07	100	16,500	19,900	8,400	279,000
	Vārīti makaroni	150	6,200	3,200	41,800	221,000
	Ķīnas kāpostu salāti ar kukurūzu un eļļu	100	1,400	3,900	3,600	55,000
	Upeņu uzpūtenis ar pienu **A01,A07	100/150	5,300	3,900	29,900	176,000
	Rudzu maize **A01	70	3,800	0,900	30,500	145,000
Ceturtdiena 13.12.2018			27,300	31,300	115,300	852,000
Pusdienas			27,300	31,300	115,300	852,000
	Gurķu zupa **A07,A09	250	4,500	7,700	25,100	188,000
	Cūkgaļas plovš	220	19,100	19,800	52,700	465,000
	Vitamīnu salāti	100	1,400	3,200	6,400	60,000
	Rudzu maize **A01	35	1,900	0,500	15,300	73,000
	Ābolu-dzērveņu dzēriens	200	0,400	0,100	15,800	66,000
Piektdiena 14.12.2018			29,100	32,400	96,500	849,000
Pusdienas			29,100	32,400	96,500	849,000
	Cīsiņi **A01,A03,A07	60	10,000	16,200	5,600	216,000
	Dārzeņu sautējums **A07	220	5,900	7,600	24,600	185,000
	Marinēts gurķis	100	3,000		4,200	39,000
	Rudzu maize **A01	70	3,800	0,900	30,500	158,000
	Kakao krēms ar ogu ķīseli	70/150	6,400	7,700	31,600	251,000

Ēdienkarte sastādīta ņemot vērā MK noteikumus Nr.172 „Noteikumi par uztura normām izglītības iestāžu izglītojamiem, sociālās aprūpes un sociālās rehabilitācijas institūciju klientiem un ārstniecības iestāžu pacientiem” (no 13.03.2012) .